

# TOSCANA SOMMER-RETREAT

BERGE UND MEER -

ENTSPANNEN UND AUFTANKEN IN DER  
KRAFTVOLLEN NATUR DER MAREMMA

7.-18. August 2023

AUFTANKEN UND RAUM FÜR DIE EIGENE KREATIVITÄT  
EINFÜHRUNG IN LAND-ART, KLANGMEDITATION UND NATURTON-MUSIK  
AUSFLÜGE ANS NAHE MEER UND ZU URALTEN HEILQUELLEN  
PERSÖNLICHE AUSZEIT ZUR KÖRPERLICHEN UND GEISTIGEN REGENERATION



*In der Maremma, einem ursprünglichen und naturnahen Teil der Toscana, liegt das abgeschiedene Gelände mit Quellen, Wiesen und Wäldern - ideal um zur Ruhe zu kommen und aufzutanken.*

*Wohnen in ausgebauten ehemaligen Bergbauernhäuser oder im Zelt.*

*Vegetarische Küche mit frischen Produkten aus dem eigenen Garten und vom Markt im nahegelegenen Roccalbegna.*

*Individuelles und gemeinsames kreatives Gestalten in der Natur ("Land-Art"), Naturton-Musik, Klang- und Bewegungsmeditation.*

*Ausflüge ans nahe Meer, zu uralten Heilquellen, malerischen etruskischen Ortschaften und faszinierenden kulturellen Schätzen in der Umgebung.*

*Auch geeignet um auf natürliche Weise wieder einmal Abstand zur Nutzung digitaler Medien zu bekommen (Digital Detox).*

*Leitung: Guido Rubischung, Psychotherapeut FSP und Ausbilder in Kunsttherapie*

*Hans Peter Klein, Musiker und Instrumentenbauer*



**Daten:** Montag 7. Bis Freitag 18. August 2023

**Kosten:** 12 Tage inkl. Leitung, Unterkunft und Verpflegung: ab € 965.-

**Information und Anmeldung:** [www.kunst-und-therapie.org](http://www.kunst-und-therapie.org)

